

A PEDAGÓGIAI STÍLUS ÉS A STRESSZKEZELÉS

Király Zoltán, Lippai Edit
Oktatáskutató és Fejlesztő Intézet

Kulcsszavak: kiégés; coping; pedagógiai stílus

A kiégés egyik alapvető megelőzési módszere a megfelelő stresszkezelés. Előadásunkban egy komplex pszichológiai vizsgálatot mutatunk be, amelynek módszertana újszerű és egyedi, tanulsága pedig segíthet mindazon szakembereknek, akik a pedagógus-kiégés csökkentésére vagy megelőzésére keresnek működő technikákat.

A Magszter Alapítványi Iskola koncepciója 2004-ben született meg Debrecenben, innen indulva nőtt fel országos hálózattá. Preventív gyakorlatai közé tartozik, hogy a tanév folyamán rendszeresen teszteli a pedagógusok mentális egészségét, amin a részvétel ajánlott, de nem kötelező. Az anonim mérések után egyéni anonim visszajelzést adunk, ennek további felhasználásáról kizárólag az érintett pedagógus dönt.

A TÁMOP 3.2.1 pályázati keretein belül futott a második esély felzárkóztató program. Ebbe a programba főként halmozottan hátrányos helyzetű, kisebb részben pedig magatartás-problémákkal jellemzett tanulók kerültek be. A gyerekekkel külön is foglalkozó pedagógusok (mentorok) intenzív elméleti képzésen és tréningen is részt vettek. A program hatásvizsgálatát a Debreceni Tagintézményben, a programban részt vevő (mentorált) gyerekeken túl kiterjesztettük az iskola többi nappali iskolarendszerű (nem mentorált) tanulójára, ezen felül az iskolánkban teljes munkaidőben dolgozó pedagógusokra is.

A hatásvizsgálat célja az volt, hogy megtudjuk, miként reagálnak pedagógusaink a mentori tevékenységekkel járó többletterhelésre rövid- és középtávon, melyhez mérőeszközként használtuk (1) az iskolánkra adaptált „Tanári Nevelési Attitűd” kérdőívet, (2) a „Maslach Burnout” kérdőívet, (3) az Aldiwin–Revenson-féle coping-kérdőívet és (4) a Heinz Leymann-féle LIPT mobbing-kérdőív rövidített, iskolánkra adaptált változatát. Összesen 77 tanuló (30 mentorált) és 16 pedagógus (8 mentor) vett részt a vizsgálatban. A pedagógusokra vonatkozó statisztikai elemzés, a kicsi mintaelemszám miatt többváltozós Bootstrap-regresszióval készült.

Az elemzések eredményei egyelőre azt mutatják, hogy a mentori kiképzés és/vagy a diákokkal végzett mentori munka nincs hatással a pedagógusi értékrendre, viszont megváltozik a pedagógiai attitűd egy bensőségebb, szeretetközpontú irányba. A stresszkezeléssel kapcsolatban körvonalazódik a coping-faktorok védő hatása a kiégéssel szemben. Az első vizsgálati körben az az összefüggés bontakozik ki, hogy a mentori munka során, a megnövekedett stressz-szint ellenére sem változik jelentősen (sőt kismértékben csökken) a kiégés kockázata. Ennek közvetítő tényezője valószínűsíthetően a coping-profilban bekövetkező karakteres, mintázatbeli változás, amit feltehetőleg több tényező is okozhat, vagy ezek összegződő hatása. Vizsgálatunk elméleti és oktatási relevanciájaként megfogalmazható a védőfaktorok további kutatásának fontossága, melyek segítségével valószínűleg feltárható lesz a coping-profil eltolódásának oka.